

Morales Sánchez V. (2012). Psicología y entrenadores: una complementariedad imprescindible. [Reseña del libro: J. Alves y A. Paula Brito (Eds.) (2011). *Manual de Psicologia do Desporto Para Treinadores*. Lisboa: Visões e Contextos].

Mens agitat molem
("La mente mueve la materia").
-Virgilio, **Eneida**-

A veces el tiempo marca el devenir de los sucesos, al homenaje que en fechas cercanas le rindió, en la isla de Madeira, la Psicología del Deporte a António Paula Brito y a Jaume Cruz, se une ahora la aparición de este manual titulado *Manual de psicologia do desporto para treinadores* editado por el propio António Paula Brito y José Alves. Este manual, según afirman sus editores, es la continuación de otro escrito en 1996 por António Paula Brito y Sidónio Serpa titulado *Psicologia do desporto: Manual del entrenador*.

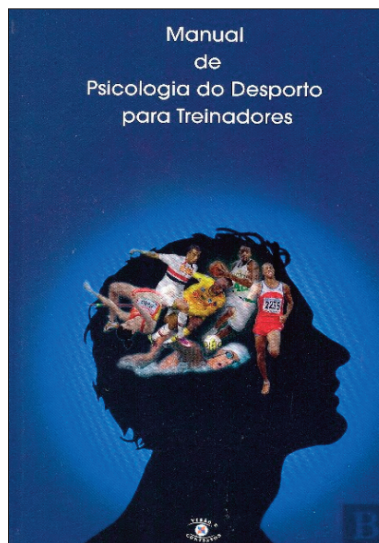
La temática señalada de forma precisa en el título, es *conditio sine qua non* para el total desarrollo de nuestra área de trabajo. Se hace preciso, que los entrenadores de cualquier disciplina deportiva, consideren, una necesidad las aportaciones que desde la Psicología se pueden realizar para contribuir, no solo, a la optimización de los recursos de acción de equipos y deportistas, y por ende, en la búsqueda del éxito y la ex-

celencia; también, y como forma primordial, en una correcta socialización deportiva de niños/as y jóvenes.

Este manual, está estructurado, en dieciséis capítulos, escritos por otros tantos investigadores y docentes especialistas en Psicología del Deporte (PD), en total 401 páginas en las que se van desgranando, en una mezcla aristotélica

equilibrada, las distintas temáticas. Aristóteles conceptualiza las actividades humanas en tres categorías: *θεωρειν* (*teoría*, conocimiento, búsqueda de la verdad), *ποιησις* (*poiesis*, producción creativa) y *πραξις* (*praxis*, acción, resolución práctica de problemas); es justamente este equilibrio categorial lo más importante y llamativo del libro. No es solo un manual teórico o un recetario práctico o unas propuestas creativas, es un conjunto que mezcla apropiadamente todo.

En el primer capítulo, titulado "Estágios e viagens" a cargo del Dr. António Paula Brito, que no necesitaría ningún tipo de reseña bibliográfica para los conocedores de la PD, pero, baste aquí transcribir lo reseñado en la web del Instituto Universitario ISPA: "*Pai*" da *Psicologia do Desporto em Portugal*, foi um dos principais introdutores desta disciplina no nosso País, tendo estado na fundação da Sociedade Internacional de Psicologia do Desporto (ISSP) e da Federação Europeia de Psicologia do Desporto (FEPSAC)". En este capítulo se aborda una cuestión de capital importancia en el deporte de competición, es-



pecialmente en la élite, cuando los viajes –a veces muy numerosos– y las estancias –a veces prolongadas– exigen establecer una serie de rutinas que faciliten a los deportistas estar centrados en la tarea. A lo largo del capítulo analiza siete casos (desde campeonatos universitario a campeonatos de mundo), describiendo la situación y analizando los posibles errores cometidos. Este capítulo, realiza una descripción del problema, de los errores que se cometen, sería de gran interés sistematizar los datos propuestos, para llevar a cabo una investigación en distintas áreas (equipos deportivos profesionales y deportistas de élite), con el fin, de realizar una estimación del nivel de rendimiento afectado por esta problemática.

En el segundo capítulo titulado “Psicología do desporto aplicada ao papel do treinador”, firmado por el Dr. Francisco Garcia Ucha, reconocido psicólogo del deporte, de origen cubano, Vicepresidente de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte (su bitácora en Internet es un punto obligado de información), ahonda en una cuestión esencial, la importancia del trabajo psicológico en la esfera de los entrenadores, pues son ellos, en un gran porcentaje de ocasiones, quienes solicitan la intervención del psicólogo (Martens, 1986; Olmedilla, Ortín Montero, Andréu y Lozano Martínez, 2004). Lleva a cabo una revisión exhaustiva de las diferentes investigaciones realizadas en los últimos veinte años sobre las variables sobre las que actúa el entrenador (sin olvidar el importante fenómeno del liderazgo) y que permiten situar la Psicología para/del entrenador en uno de los campos más importantes y con más transcendencia en el ámbito de la Psicología del Deporte. Consideramos que es un excelente punto de vista, bien fundamentado, que permite dotar de luz a una parcela sin duda importantísima.

El tercer capítulo, “Aconselhamento psicológico para treinadores” cuya autoría pertenece al Dr. Joaquín Dosil (Universidad de Vigo), Presidente de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte, con experiencia como psicólogo en el ámbito del fútbol y del motociclismo. A lo largo del capítulo, aborda otra de las grandes cuestiones de este área, evaluar (propone el uso de dos herramientas) y entrenar las habilidades psicológicas de los entrenadores, elemento fundamental, como afirma el

autor, para asegurar una correcta actuación en entrenamientos y competiciones, pudiendo perseverar en su esfuerzo para alcanzar los objetivos propuestos. Esta cuestión, de esencial importancia cuando se busca una intervención mediada. Después aborda la preparación psicológica del deportista y su planificación y describe el Programa de entrenamiento para la mejora de habilidades psicológicas (PEHP) (Balaguer, 1994). Aborda igualmente la preparación psicológica de las competiciones y su correcta secuenciación, pre-competición, durante la misma y post-competición (Buceta, 1998; Dosil, 2008).

El cuarto capítulo lleva por título “Treinador-psicólogo: em busca da interdependência e da complementaridade” firmado por el Dr. Antonio Hernández Mendo (Universidad de Málaga). El autor ha colaborado con distintos clubs de fútbol profesional y con distintos deportistas olímpicos y de élite. Presenta una cuestión primordial, la relación que debe existir entre entrenador y psicólogo y como trabajar y estructurar esa relación profesional. Comienza aludiendo a la paradoja del entrenador-psicólogo (Larumbe, 2006). El autor considera que la caracterización del trabajo del psicólogo en esta área, pasa por la existencia de cinco factores: (1) Las características de la intervención (Cruz, Boixados, Torregrosa y Mimbrero, 1996) (2) el tipo de intervención, (3) la metodología de evaluación, (4) los contenidos de la intervención y (5) las técnicas de intervención (Hernández Mendo y Morales Sánchez, 2010). Destaca la importancia prestada a la comunicación no verbal y el uso de técnicas específicas como la hipnosis o el entrenamiento auditivo-visual.

El quinto capítulo titulado “Liderança e clima organizacional” está escrito por el Dr. José Alves, Vicepresidente de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte y que, posee además, una amplia experiencia con atletas y selecciones nacionales olímpicas. Este es uno de los cinco capítulos que tiene este autor en el libro, y en él, aborda cuestiones a las cuales la PD no le ha prestado la suficiente atención, en términos físicos, utilizando el Principio de incertidumbre de Heisenberg ($h/2\pi$, donde h es la constante de Planck), a mediada que aumentamos la precisión en la medida de una variable aumentamos el error de estimación en la otra, esto es, quizás por atender otros

frentes que afianzar (incrementar su precisión), se ha descuidado la PD en las organizaciones deportivas (incremento del error). Las organizaciones deportivas son temáticas abordadas con frecuencia desde la óptica económica y en muy pocas ocasiones desde nuestra propia área (Morales Sánchez y Maestro, 2005). El autor aborda los factores que afectan a un liderazgo eficaz y a un óptimo clima organizacional. Al final del capítulo presenta un Cuestionario de Autodiagnóstico.

El Dr. José Carlos Leitão (Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro), entrenador de fútbol y asesor de la selección nacional de parapente, firma el sexto capítulo titulado “Os comportamentos de liderança em contextos desportivos”. En este capítulo, además de continuar con el tema planteado en el capítulo anterior, realiza una revisión del concepto de liderazgo de forma general y en las organizaciones deportivas, donde aborda el concepto de comunicación que será el tema abordado por el Dr. José Alves con el título “Processos de comunicação”. En este capítulo, el Dr. Alves, retoma una cuestión planteada en el cuarto capítulo, la importancia de la comunicación no verbal en la relación entrenador-deportista, y analiza los diversos factores, problemas y barreras que plantea el proceso comunicativo. A partir de este análisis esquematiza como debe ser una comunicación eficaz y el papel que puede desempeñar en ello la Programación Neurolingüística (PNL). Finalmente repasa las implicaciones fisiológicas así como las diversas implicaciones a nivel de memoria, atención y aprendizaje. Finaliza el capítulo con cuatro anexos donde figuran varios ejercicios y un cuestionario de percepción sensorial.

El Dr. José Vasconcelos Raposo (Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro), director de la revista “Motricidade”, firma el octavo capítulo titulado “Novo modelo para a definição de objetivos”. El establecimiento de metas u objetivos formulados en el contexto organizacional por Locke (1968) reconoce un papel motivacional central en las intenciones de los sujetos a la hora de realizar una tarea. Son los objetivos o metas que los sujetos persiguen con la realización de la tarea los que determinarán, en buena parte, el nivel de esfuerzo que emplearán en su ejecución. El modelo formulado por Locke trata de

explicar los efectos de esos objetivos sobre el rendimiento. La tesis central afirma que las intenciones de trabajar para conseguir un determinado objetivo es la primera fuerza motivadora del esfuerzo laboral y determina el esfuerzo desarrollado para la realización de tareas. La investigación empírica a partir del modelo ha permitido formular una serie de conclusiones relevantes para la motivación del comportamiento en el contexto organizacional. A partir, de esta conceptualización, el autor comienza el capítulo y lo somete a prueba en una intervención realizada con nadadores. En el modelo de intervención que propone, los objetivos son propuestos y analizados de una forma totalmente operativa (vid. pág. 200). A partir del análisis de los objetivos propone métodos y ejercicios para la mejora. La técnica expuesta puede ser de gran ayuda a los entrenadores cuando fijen objetivos a sus deportistas.

El capítulo noveno, titulado “Controlo do *stress* do treinador” de cuya autoría son responsables el Dr. Dietmar Samulski (Director del Centro de Excelencia de la Escuela de Educación Física de la UFMG -Universidade Federal de Minas Gerais- y Profesor de Psicología en la Maestría de Educación Física, Coordinador del Laboratorio de Psicología del Deporte de la red CENESP de UFMG en Belo Horizonte, Brasil) y Franco Noce (Universidade Federal de Minas Gerais/Escola de Educação Física – Brasil). En el desarrollo del capítulo estudian las variables que determinan el rendimiento deportivo y el concepto de estrés psicológico, analizando los estudios sobre estrés realizados con entrenadores. Finaliza el capítulo con las técnicas de control de estrés (actitud victoriosa, técnica de respiración de Lindemann y entrenamiento autógeno). Esta última parte enlaza con las propuestas del capítulo cuarto.

El capítulo décimo titulado “Uma perspectiva do *burnout* no desporto 15 anos depois” está firmado y avalado por el Dr. Enrique Garcés de Los Fayos Ruiz (Universidad de Murcia). El autor es Secretario General de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte, ha dirigido la revista Cuadernos de Psicología del Deporte y tiene una amplia experiencia con deportistas. Este capítulo es reflejo claro y meridiano de una de sus líneas de investigación. Como el propio autor afirma “*el burnout*

se concibe como “un síndrome tridimensional caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal” (Maslach y Jackson, 1981) o también como “un estado agotamiento físico, emocional y mental causado por estar implicado durante largos periodos de tiempo en situaciones que afectan emocionalmente (Pines, Aronson y Kafry, 1981).” (Garcés, 1993). Considerado como una fase avanzada del estrés profesional, producido cuando se desequilibran las expectativas en el ámbito profesional y la realidad del trabajo diario, ajusta perfectamente como continuación del capítulo noveno sobre estrés. En este síndrome tiene un papel muy importante la presión del trabajo y el ambiente físico que envuelve al profesional. De hecho, se puede definir, como un estrés laboral prolongado. El capítulo, comienza con una revisión histórica y conceptual para desgarnar la situación actual de investigación. Presenta el Inventario de Burnout en deportistas (se puede encontrar una versión para futbolistas en www.menpas.com). El capítulo finaliza con las tendencias futuras en el estudio del síndrome.

En este undécimo capítulo titulado “O papel da percepção na excelência desportiva: análise e desenvolvimento”, el Dr. José Alves plantea la necesidad de un entrenamiento perceptivo en aquellos deportes, especialmente los colectivos, que pasan ineludiblemente por la utilización estratégica de sus recursos. Este capítulo es una excelente presentación para el siguiente, duodécimo, titulado “Teoria do treino da tomada de decisão no desporto” firmado por el Dr. Duarte Araújo (Universidade Técnica de Lisboa, Presidente da Sociedade Portuguesa de Psicologia do Desporto), el Dr. Pedro Passos (Universidade Técnica de Lisboa y Lusófona de Humanidades y Tecnologia) y el Dr. Pedro Esteves (Universidade Lusófona de Humanidades y Tecnologia). Este capítulo, es una continuación de la línea de investigación de los autores, ya expuesta en anteriores publicaciones (Passos, Araújo, Davids, Gouveia & Serpa, 2006). En él, los autores realizan una presentación de la temática abordada como un sistema complejo (se pueden leer en el anterior número de esta revista tanto un monográfico dirigido por el propio Dr. Araújo como un artículo sobre sistemas complejos a cargo de Balagué Serre, Hris-

tofski y Aragonés, 2011). En la caracterización de los sistemas complejos citan hasta diez de éstas intercorrelaciones que van desde la Interacción Social hasta el potencial para el comportamiento no-lineal. Afirman que la competición deportiva además de ser compleja es dinámica, citando tres de las características de los sistemas dinámicos y considerando como la toma de decisiones se produce dentro de estas situaciones dinámicas, y subrayando la importancia de las capacidades perceptivas señaladas anteriormente por el Dr. Alves. Finalmente, plantea, en este contexto que ha analizado, el entrenamiento en la toma de decisiones, utiliza dos ejemplos en Baloncesto y en Rugby.

El Dr. Hubert Ripoll (Faculté des Sciences du Sport de l'Université de la Méditerranée - Marseille), cuyo blog «LE MENTAL DES CHAMPIONS » (Blog sur la psychologie des sportifs de haut niveau <http://mentaldeschampions.blogspot.com/>) proporciona una información actual y valiosa, es el encargado de firmar el decimotercer capítulo titulado “Do tratamento da informação à tomada de decisão no desporto”. Este capítulo, es una clara continuación de los dos anteriores y de las propias líneas de investigación del autor (Ripoll, 1991), donde revisa los conceptos clave de su exposición, la información visual, atención/concentración (diferencias y formas de entrenarlas) razonamiento y decisión.

Los capítulos catorce y quince “A visualização mental” y “A utilização da visualização mental na aprendizagem de *skills* motores” están firmados por José Alves, se hacen eco de los trabajos metaanalíticos de Feltz y Landers (1983) y Driskell et al. (1994), y Sánchez y Lejeune (1999), así como de los trabajos pioneros de Suinn (1993). Describe algunas de las diversas conceptualizaciones teóricas consideradas como la Teoría Psiconeuromuscular, la Teoría de la Atención, la Teoría Bioinformacional, la Teoría del Aprendizaje Simbólico y Teorías basadas en los procesos motores y de información, que incluye: la Teoría de Lang (1977) y la Teoría del Triple Código de Ahsen (1984).

El último capítulo de este extraordinario libro, decimosexto, lleva por título “Promoção do desenvolvimento inter-pessoal e moral dos praticantes” y ha corrido a cargo del Dr. António Rosado (Universidade Técnica de Lisboa) e Isa-

bel Mesquita (Universidade do Porto). En este capítulo, se presenta la cuestión capital de la práctica deportiva, conseguir que se convierta en el medio óptimo donde niños, jóvenes y adolescentes consigan un desarrollo adecuado que les permita además de ser buenos deportistas ser ciudadanos responsables. Se plantea una estructura de capítulo con un resumen inicial, una introducción donde aparecen recogidos los principales estudios y unos epígrafes que dan cuenta del abordaje conceptual que realizan los autores: desarrollo de la autoestima, facilitación de las relaciones interpersonales, responsabilidad personal, desarrollo moral, los dilemas morales, el ambiente moral, facilitar la formación moral, desarrollo interpersonal, moral y ética deportiva.

Resumiendo, además de las virtudes y valores expuestos, este libro es novedoso en cuanto a la temática y la importancia de ésta, por las cuestiones metodológicas expuestas en cuanto a los sistemas complejos en este ámbito. Plantea novedades en cuanto a las técnicas y estrategias de intervención: Programación Neurolingüística (PNL), Hipnosis, Entrenamiento Audio Visual y el Planteamiento de Objetivos.

Una de las críticas formales que se le puede realizar a este maravilloso libro, y que no empañan sus méritos y virtudes, es la falta de un criterio unificador en el apartado de las citas bibliográficas.

Finalizar una reseña bibliográfica, cuando el libro lo ha merecido, solo se puede realizar felicitando a: (1) los editores, por la idea, por el justo equilibrio aristotélico de su engranaje y por haberlo llevado a buen puerto; (2) a los autores por recoger la información de forma precisa y hacerla manejable; y (3) a la editorial "Visao y Contexto" por el resultado conseguido (un libro de manejo fácil, con un buen tacto, buen diseño y una sobrecubierta metafórica y sugerente) que en nada tiene que envidiar a los libros de las grandes editoriales europeas y norteamericanas. Nos gustaría que esta sencilla reseña sirviera de estímulo a las editoriales que publican en castellano para que, a pesar de la crisis, realicen el esfuerzo de acometer una edición de este libro en nuestro país.

REFERENCIAS

- Balagué Serre, N., Hristovski, R. y Aragonés, D. (2011). Rol de la intención en la terminación del ejercicio inducida por la fatiga. Aproximación no-lineal. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 505-521.
- Balaguer, I. (Dir). (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte: Principios y aplicaciones*. Valencia: Albatros.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dickinson.
- Cruz, J., Boixados, M., Torregrosa, M. y Mimbreno, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?. Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de psicología del deporte*, 9-10, 111-132.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y del deporte* (2 ed.). Madrid: McGraw-Hill.
- Driskell, J. E. Cooper, C. y Moran, A. (1994). Does mental practice enhance performance?, *Journal of Applied Psychology*, 4, 481-492.
- Feltz, D. L. y Landers, D. M (1983). The effects of mental practice on motor skills learning and performance: A Meta-Analysis, *Journal of Sport Psychology*, 5, 25-27.
- Garcés de Los Fayos Ruiz, E. (1993). Frecuencia de burnout en deportistas jóvenes: estudio exploratorio. *Revista de Psicología del Deporte*, 4(2), 55-63.
- Hernández Mendo, A. y Morales Sánchez, V. (2010). Psicología y fútbol profesional: caracterización de un reto pendiente. *Apuntes de Psicología*, 28(2), 237-262.
- Lang, P. J. (1977). Imagery in therapy: An information processing analysis of fear. *Behavior Therapy*, 8, 862-886.
- Larumbe Zabala, Eneko (2006). La paradoja del entrenador-psicólogo. *Revista de Actualidad de la Psicología del Deporte*, 7, artículo 50. <http://www.lector.com/revista/index.php3?articulo=50> [Consulta: 16 de enero de 2007].
- Locke, Edwin A. (1968) "Toward a Theory of Task Motivation and Incentives" *Organizational behavior and human performance*, 3(2): 157-189.
- Martens, R. (1986). *Coaches Guide to Sport Psychology*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). M.B./.: Maslach Burnout Inventory. Manual. Palo Alto: University of California, Consulting Psychologists Press.
- Morales Sánchez, V. y Maestro, J. C. (2005). Gestión de los Recursos Humanos en las Organizaciones Deportivas. En Hernández Mendo, A. *Psicología del Deporte: Aplicaciones. Volumen3*. (pp. 289-302). Sevilla: Editorial: Wanceulen.
- Olmedilla Zafra, A. , Ortín Montero, F. J. , Andréu Álvarez, M. D. y Lozano Martínez, F. J. (2004). Formación en psicología para entrenadores de fútbol: una propuesta metodológica. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 67-79.
- Passos, P., Araújo, D., Davids, K., Gouveia, L. y Serpa, S. (2006). Interpersonal Dynamics in Sport: The Role of Artificial Neural Networks and 3-D Analysis. *Behavior Research Methods*, 38(4), 683-691.
- Pines, A. M. , Aronson, E. y Kafry, O. (1981). Burnout: from tedium to personal growth. In C. Cherniss: Staffburnout: job stress in the human services. New York: Free Press.
- Ripoll, H. (1991). The understanding-acting process in sport: The relationship between the semantic and the sensorimotor visual function. *International Journal of Sport Psychology*, 22, 221-243.
- Sánchez, X. y Lejeune, M. (1999). Práctica mental y deporte: ¿qué sabemos después de casi un siglo de investigación?. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(1), 21-37.
- Suinn, R. M. (1993). Imagery. In R. N. Singer; M. Murphey and L. K. Tennant, *Handbook of Research on Sport Psychology* (pp.492-510). Nueva York: Macmillan Publishing Company.

RECENSIONADORA
Verónica Morales Sánchez
Universidad de Málaga